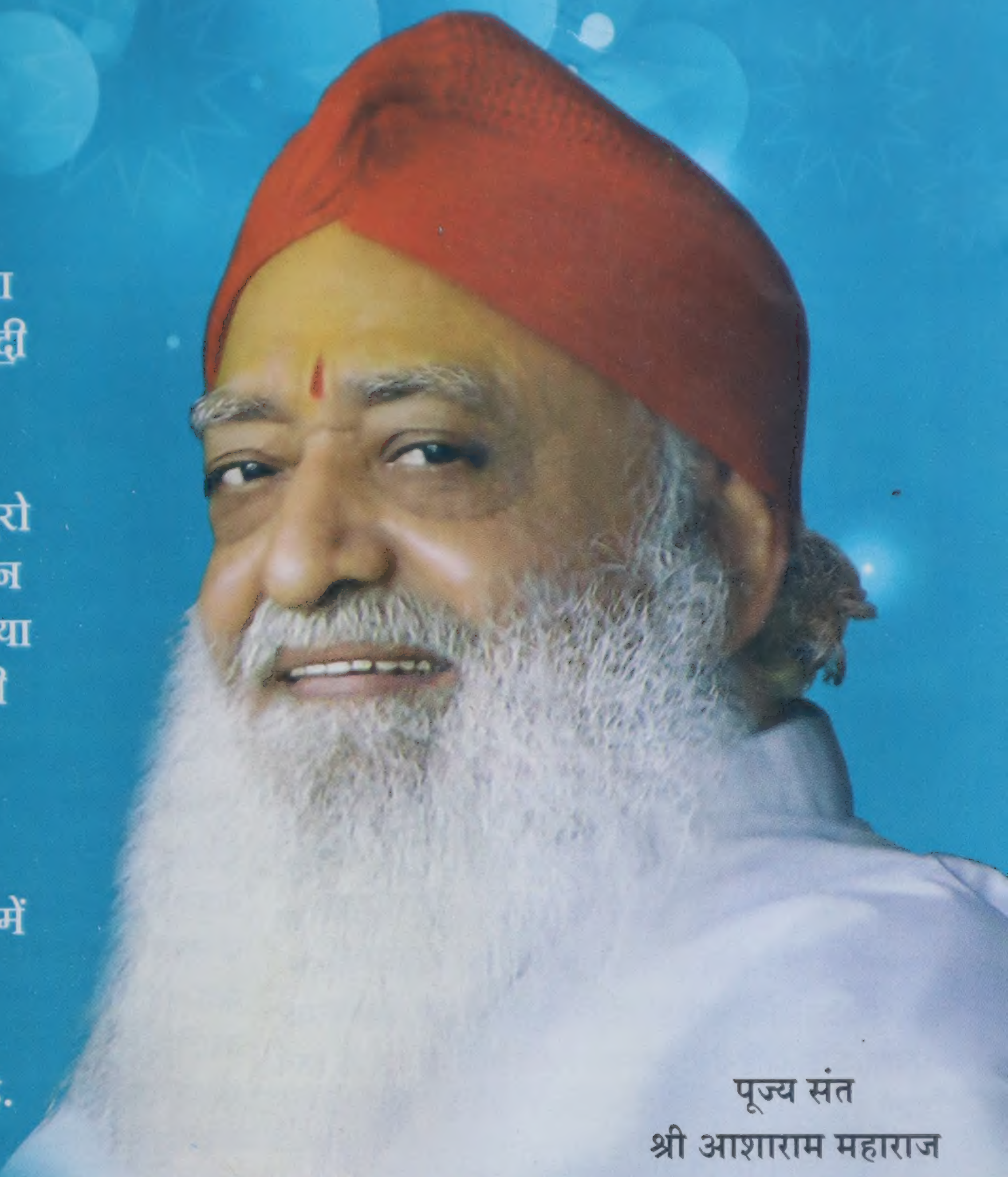
संत श्री आशाराम महाराजन जे आश्रम मां प्रकाशित

ऋषि प्रसाद

Price: ₹ 3.50
Language: Sindhi Devnagri
Publication Date: 1st May 2019
Year: 09 Issue: 12
(Continuing Issue: 317)
Number of pages: 20 (including cover pages)

कूड़ी निंदा सहंदे बि सेवा
ार्य में लगो रहण, इहा वदी
पस्या आहे. प्रतिकूलंता
हंदे बि मुस्कुराए बियनि
ा कष्ट कटण, पाण सां बुरो
रण वारे जो बि अमंगल न
ाहिण- इहा बि वदी तपस्या
ाहे. पंहिंजे राष्ट्र, संस्कृती
सत्य जी रक्षा खातिर
बल पुरुषार्थ कंदे
हापुरुषनि जे सत्संग,
ाधन भजन ऐं दैवी कार्य में
ढ़ता सां लगी पंहिंजी
ुद्धीअ खे भगवतमय
णाइण परम तपस्या आहे.



पूज्य संत
श्री आशाराम महाराज

पूज्य साईंजन जे अवतरण दींहं ते थी ३० मुख्य ऐं बियनि घणनि ई सेवा अभियाननि जी नओं-सिर शुरुआत







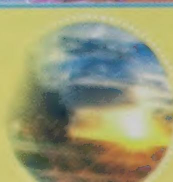






मुख पेज ४ पिणु दिसो





हे मनुष ! तूं ईश्वरीय वचन खे स्वीकार करि

अपक्रामन् पौरुषेयाद्
वृणानो दैव्यं वचः ।
प्रणीतीरभ्यावर्तस्व
विश्वेभिः सखिभिः सह ॥

'हे मनुष ! पुरुषनि जे, मनुषनि जे गा॒ल्हियुनि खां हटाईंदे देव संबं॒धी, ईश्वरीय वचन खे स्रेष्ट मञी स्वीकार कंदे, तूं इनहनि दैवी उत्तम नीतियुनि, सिख्याउनि जो पंहिंजे सभिनी साथी मित्रनि सहित हर तरह सां आचरण करि.' **(अथर्ववेद : कांड ७, सूक्त १०५, मंत्र १)**



आम माण्हू दीं॒हं जो घणो वक्त दुनेवी खबरूं, जग॒त जे पदार्थनि जी सार घटनाउनि जो वर्णन, बि॒यनि जी निंदा स्तुती, मिथ्या जग॒त में सत्य बु॒द्धी व वारियूं गा॒ल्हियूं, गाना ऐं विंदुर वास्ते कुझु बि बु॒धंदो आहे. ब्रह्मज्ञानी संत श्र आद्य शंकराचार्य जे चित्त में सवाल उथियो त **'श्राव्यं सदा किम् ?** अर्थात बु॒धण योग्य छा आहे ?' त उनहनि पंहिंजे आत्मा जी गहराईअ में ग़ोतो हंयो त जवाब मिल्यो : **'गुरुवेदवाक्यम्'** अर्थात सत्गुरु ऐं वेद जा वचन. इहे हरदम लायक छो चया वया आहिनि ? इहो ज॒ाणण लाइ असां बि थोरो गहराईअ में

चइनि किस्मनि जा प्रमाण

न्यायसूत्र (१.१.३) अनुसार प्रमाण चइनि किस्मनि जा आहिनि : प्रत्यक्ष, अनुमान, उपमान ऐं शब्द प्रमाण. 'प्रमा' माना यथार्थ ज्ञान ऐं 'करण' मतलब साधन. 'प्रमा' जा 'करण' अर्थात सत्य ज्ञान जी प्राप्तीअ जा साधन 'प्रमाण' चवाईंदा आहिनि. जेको इन्द्रियुनि जे साम्हूं आहे, उहो प्रत्यक्ष प्रमाण आहे. जंहिं द्वारा अनुमान लग॒ाए कंहिं बी॒ शइ जो ज्ञान पातो वेंदो आहे, उहो अनुमान प्रमाण आहे. कंहिं ज॒ातल शइ जे सम-रूपता सां न ज॒ातल शइ जो ज्ञान जंहिं प्रमाण सां थींदो आहे उहो उपमान प्रमाण आहे. चोथों आहे शब्द प्रमाण.

'शब्द प्रमाण' छा आहे ? शब्द प्रमाण में हिकड़ा हूंदा आहिनि वेद वचन ऐं बि॒या आहिनि आप्तपुरुषनि जा वचन. महर्षि गौतम न्याय सूत्र (१.१.७) में लिख्यो आहे **आप्तोपदेशः शब्दः ।** अर्थात 'आप्तपुरुष जो वाक्य शब्द प्रमाण आहे.' जिन पंहिंजो, पंहिंजे ब्रह्म सरूप जो अनुभव कयो आहे, तिन महापुरुषनि जा वचन परम विश्वास योग्य हूंदा आहिनि ऐं उहे ब्रह्मज्ञानी महापुरुष 'आप्तपुरुष' चया वेंदा आहिनि. आप्तपुरुष ई वस्तुअ जे यथार्थ सरूप खे ज॒ाणंदा आहिनि. इन करे उनहनि जे उपदेश खे 'शब्द प्रमाण' चयो वयो आहे. उपदेश में कल्याण जो भाव समायल हूंदो आहे. आप्तपुरुष सभ जो मंगल, सभ जो भलो थिए इन मंगल भाव सां भरिजी यथार्थ अर्थात सचो ज्ञान, सही समझ सभिनी खे दीं॒दा आहिनि ऐं कल्याण जी राह दे॒खारींदा आहिनि, उन ते हलण जी प्रेरणा, शक्ती दीं॒दा आहिनि.

वेदनि, उपनिषदनि जो ज्ञान पंहिंजे आत्म रू अनुभव करे माण्हुनि जे समझण जी शक्ती, भाषा, युग अनुसार दृष्टांतनि वगैरह द्वारा जद॒हिं उहो ई वैदिक वेदांत ज्ञानी, ब्रह्मज्ञानी महापुरुषनि जे श्रीमुख मां वच जे रूप में वसंदो आहे, तद॒हिं उहे वचन बि शब्द प्रमाण म वेंदा आहिनि ऐं उनहनि वचननि सां ब्रह्म प्राप्ती थींदी ब्रह्मनिष्ठ महापुरुषनि जो जीवन इन जो प्रत्यक्ष प्रमाण श्री योगवसिष्ट महारामायण, ब्रह्मसूत्र, श्रीमद भग॒वत विचारसागर तथा बि॒या बि जेके वेदांत जा सद्ग्रंथ आ पूज्य साईंजन जहिड़े वेदांतज्ञानी आत्म अनुभवी महा जा अमृत वचन आहिनि, जेके 'ऋषि दर्शन', 'ऋषि प्रस 'लोक कल्याण सेतु' ऐं सत्साहित्य, डी.वी.डी., एम. वगैरह ज़रीए घर वेठे समाज प्राप्त करे रहियो आहे, पिणु शब्द प्रमाण आहिनि. सत्संग अमृत साणु इ आप्तपुरुषनि जे प्रत्यक्ष सान्निध्य दर्शन जो लाभ बि मि माण्हुअ, परिवार ऐं समाज जो केद॒ो कल्याण थींदो आहे बेशुमार माण्हुनि दि॒ठो आहे.

(बच्यल पेज १



ऋषि प्रसाद

Year: 09 Issue: 12 Price: ₹ 3.50
Continuing Issue: 317
Language: Sindhi Devnagri
Publication Date: 1st May 2019
Number of pages: 20 (including cover pages)

Owner : Sant Shri Asharamji Ashram
Publisher : Dharmesh Jagram Singh Chauhan
Printer : Raghavendra Subhashchandra Gada
Place of Publication : Sant Shri Asharamji Ashram, Motera, Sant Shri Asharamji Bapu Ashram Marg, Sabarmati, Ahmedabad-380005 (Gujarat).
Printed At : Hari Om Manufactureres, Kunja Matralion, Paonta Sahib, Sirmour (H.P.) - 173025.
Editor : Shrinivas R. Kulkarni
Co-Editor : Dr. P.K. Makwana
Patron: Shri Surendranath Bhargava, Former Chief Justice, Sikkim High Court, Former Chairperson, Human Rights Commission (Assam & Manipur), Former Justice, Rajasthan High Court

Please don't send your membership charges or any other type of payment in cash through registered or general post. Ashram will not be responsible for any amount lost in transit under such modes. **Send your money only through Money Order or Demand Draft (In the name of 'Hari Om Manufactureres' and payable at Ahmedabad).**

Address for Correspondence:
'RISHI PRASAD' Sant Shri Asharamji Ashram, Sant Shri Asharamji Bapu Ashram Marg, Sabarmati, Ahmedabad-380005 (Gujarat).
Ph. : (079) 27505010, 27505011, 39877788
Only for 'Rishi Prasad' Enquiry: (079) 39877742
E-Mail: ashramindia@ashram.org
Web-Site : www.rishiprasad.org
: www.ashram.org

Subscription Fees (incl. postage)

Sindhi & Devnagari	1 Year	2 Years	5 Years	Life
In India	₹ 30/-	₹ 55/-	₹ 120/-	₹ 290/-

हिन अंक में...

अमृत उपदेश

- पूज्य साईंजन

ॳेतिरी शक्ती आहे तव्हां जे अंदर !

भय मौत आहे, निर्भयता जीवन आहे.

नायमात्मा बलहीनेन लभ्यः... (मुंडकोपनिषद् : ३.२.४)

इहा आत्म शांती, आत्म शक्तीअ जी प्राप्ती या आत्मा परमात्मा जो साक्षात्कार दुर्बल मन वारनि खे न थींदो आहे. दुर्बल मन वारो माण्हू संसारी वहिंवार में पिणु जल्दी सफल न थींदो आहे. इन करे मनोबल कमज़ोर न थियण डिजे.

रोगु या दुख थोरो ईंदो आहे, पर अगर मन दुर्बल आहे त रोगु, दुख वधी वेंदो आहे. बीमारी थोरी आहे, पर अगर तव्हां घबराइजी वेंदा आहियो त बीमारी वधी वेंदी आहे. जीअं बाहरें जगत जा एटम बम कम कंदा आहिनि, तीअं ॐकार अंदर जी दुर्बलता लाइ एटम बम आहे. स्नान पाणी करे या ईअं ई भगवान, इष्ट, सत्गुरुअ खे प्रणाम करे, १०-२०-५० दफा ॐकार जो लम्बो उचारण करियो. मायूं १०-२० दफा कंदियूं त बि फायदो थींदो.

मैं छुईमुई का पौधा नहीं, जो छूने से मुरझा जाता है ।
मैं वो माई का लाल नहीं,जो हौवा से डर जाता है ॥

कोई कदहिं किथां वेंदो आहे, गिदामिड़ीअ जे वण वगैरह वटां या कदहिं कोई कब्रिस्तान तरफां गुज़रंदो आहे त डकंदो आहे 'कुझु थी त न वेंदो... ?' अड़े, जीअरो माण्हू तुंहिंजो कुझु न बिगाड़े सघियो त मुर्दो छा बिगाड़ींदो !

दुनिया में भव जहिड़ो बियो कोई पाप न आहे ऐं निर्भयता जहिड़ो कोई पुञ न आहे. तव्हां डिठो हूंदो, कोई पदार्थ - माखी, गीहु या खीरु हिक बर्तन मां बिए में विझण वक्त अगर मन में ईंदो आहे 'मतां हारिजी न पवे, वही न वञे... !' त पक हारिजी पवंदो आहे. अगर 'न हारिजंदो' सोचे विझबो आहे सवलाईअ सां पइजी वेंदो आहे.

कम करण वेंदा आहियो उन वक्त अगर सोचींदा आहियो 'इहो कम थींदो अलाए न... थींदो अलाए न ?...' त न थींदो आहे, पर 'पक थींदो' - अंदर में ईअं ईंदो आहे त थी वेंदो आहे.

तव्हां जो शरीर हिते आहे ऐं मन जो दृढ़ संकल्प आहे त अहिड़ो ई शरीर

ब॒ी जग॒ह ते बि द॒िसिजंदो आहे. श्रद्धा में, मन में ऐतिरी शक्ती आहे, जो अगर तव्हां पहाड़ खे चओ 'परे थी वञु !' त उहो वञी सघंदो आहे, ऐतिरी शक्ती तव्हां जे अंदर भग॒वान द॒िनी आहे.

जा के मन में खटक है, वही अटक रहा ।
जा के मन में खटक नहीं, वा को अटक कहाँ ॥

संकल्प में विकल्प न मिलायो ऐं दृढ़ रहो त संकल्प अनुसार हालतूं अनुकूल थी वेंदियूं आहिनि. 'अनुकूलता प्रतिकूलता सपनो आहे, उनहनि खे ज॒ाणण वारी चैतन्य आत्मा मुंहिंजी पंहिंजी आहे' - अहिड़ो नज़रियो रखो, इहा तमाम ऊची स्थिती आहे.

स्वामी लीलाशाह साहिबन जी अमृत वाणी

असीं आहियूं केरु ऐं छा समझी वेठा आहियूं ?

असीं अनित्य पदार्थनि खे नित्य समझी वेठा आहियूं. इहा द॒ाढी वद॒ी भुल करे रहिया आहियूं. छा ही शरीर असां जो आहे ? इन जो बकाउ केतिरो आहे ? इन ते ऐतिरो नाज़ छो ? असीं बेबका पर्दाथनि जी केद॒ी चिंता कंदा आहियूं ! पाण छा आहियूं इहो सोचींदा ई न आहियूं. असां आहियूं सेठ, पर पाण खे मोटर मञी वेठा आहियूं ! असीं आहियूं त मकान जा मालिक, पर पाण खे मकान मञी वेठा आहियूं अर्थात असां अजर अमर आत्मा आहियूं, पर खुद खे ही शरीर समझी वेठा आहियूं ! केद॒ी न अफसोस जी ग॒ाल्हि आहे ! थोरो वीचारियो ऐं विवेक जाग॒ायो.

सामी सभु दीदार, अथई अजीबनि जो
द॒िसे बुधे पाण थो, ब॒ोले ब॒ोलणहार निराकार आकार धारे आयो जग॒ में.

इन हकीकत खे छद॒े, नकली ग॒ाल्हियुनि में पाण गंवाए रहिया आहियूं !

दुख रूप संसार सुख रूप कीअं थींदो ?

समुंड जो पाणी खारो हूंदो आहे. उहो ई पाणी सूर्य जी तपति सबब ब॒ाफ थी मथे वेंदो आहे ऐं बादलनि जो रूप धारण कंदो आहे. वरी उहो ई बरसात थी वसंदो आहे. पोइ उहो पाणी खारो न हूंदो आहे, मिठो थी वेंदो आहे. समुंड जे पाणीअ जी खाराण सूर्य जी तपति करे निकिरी वेंदी आहे. इनहीअ तरह ही संसार खारो अर्थात दुख रूप भासंदो आहे, पर श्रोत्रिय ब्रह्मनिष्ठ महापुरुषनि जे संग में रही, सत्शास्त्रनि जो श्रवण, मनन ऐं निदिध्यासन करण सां उहो सुख रूप भासंदो आहे.

जीवन जीअण जी कला

(**'साधन जगत जो किरंघो : मंत्रजप'** अगें अंक खां अगिते)

बिल्कुल थोरे वक्त में साधकनि जी आधिभौतिक, आधिदैविक ऐं अध्यात्मिक उन्नती तमाम घणी ऐं तेज़ीअ सां थिए इन लाइ पूज्य साईंजन नित नवां प्रयोग ऐं साधना जूं नयूं नयूं तजवीज़ूं बुधाईंदा आहिनि. कुझु अहिड़ियूं तिथियूं, पर्भ ऐं योग थींदा आहिनि जिन में ध्यान, जप, सत्कर्म जो हज़ारें, लखें, करोड़ें दफा वधीक फल मिलंदो आहे, उनहनि जे बारे में बुधाईंदे पूज्य साईंजन चवंदा आहिनि : कुझु अहिड़ा ग्रह, नक्षत्र, तिथियूं हूंदियूं आहिनि, जो उनहनि ते कयल जप जो दाढो दाढो प्रभाव पवंदो आहे. उन वक्त सभु कम हिक पासे करे जप जी कमाई करण घुरिजे. जेको वक्त बरबाद कंदो आहे, वक्त उन खे बि बरबाद करे छदींदो आहे. इन करे वक्त जो खूब खूब सदुपयोग करण घुरिजे.

सूर्यग्रहण में हिकु दफो जप करण सां १० लख दफा ऐं चंडग्रहण में १ लख दफा फल मिलंदो आहे. अगर जप करण वक्त गंगा जल पासे में पयो आहे त चंडग्रहण में १ करोड़ दफा ऐं सूर्यग्रहण में १० करोड़ दफा फल मिलंदो आहे.

भगवान वेदव्यास चयो आहे : ''सूर्यग्रहण या चंडग्रहण हुजे, गंगा जो किनारो हुजे ऐं रुद्राक्ष जी माला धारण कयल हुजे त जप अनंत दफा फल दींदो आहे.''

जदहिं बि सूर्यग्रहण, चंडग्रहण वगैरह अचे, तदहिं तव्हां गंगा माता जो दर्शन करियो ऐं 'मूं खे अध्यात्म तत्त्व जी प्राप्ती थिए. **ॐ ॐ श्री परमात्मने नमः ।'** अहिड़ो संकल्प करे परमात्मा जो नाम जप करियो.

[पराशर स्मृति (१२-२७) अनुसार 'सूर्यग्रहण ऐं चंडग्रहण में स्नान, दान, जप वगैरह सत्कर्मनि वक्त सजो (खाजी नदी, तलाव वगैरह जो) जल गंगा जल समान मञियो वेंदो आहे.' गंगा किनारे खां दूर स्थाननि ते रहण वारा माण्हू इन शास्त्र वचन जो लाभ वठी सघंदा आहिनि. - संग्रहकर्ता]

मंगल जी चोथ, बुधर वारी अष्टमी, आर्तुवार दींहं सतइं या सोमवती उमास हुजे त उन दींहं कयल जप तप दान जो सूर्यग्रहण में कयल जप तप दान जेतिरो (१० लख दफा) फल मिलंदो आहे.

विष्णुपदी संक्रांती में जप करण सां उन जो प्रभाव लख दफा ऐं षडशीति संक्रांती में ८६००० दफा थींदो आहे.

रविपुष्य अमृत योग ऐं गुरुपुष्य अमृत योग मंत्र सिद्धी कराईंदा आहिनि.

उत्तरायण ऐं दक्षिणायन ड्रींहं जेके बि सत्कर्म कबा आहिनि, उहे कोटी कोटी दफा वधीक ऐं अक्षय पुञदायक थींदा आहिनि.

सूर्य संक्रांतीअ में अगर महाआर्द्रा नक्षत्र जो योग आहे त उन वक्त हिकु दफो ॐकार जपण सां हिकु करोड़ दफा ऐं चोड्स आर्द्रा नक्षत्र योग में अक्षय फल मिलंदो आहे.

जन्माष्टमी, नर्ग चोड्स या ड्रियारी, शिवरात्री ऐं होली - इहे महा रातियूं आहिनि. इनहनि ते कयल जप तप ध्यान अनंत दफा फल ड्रींदो आहे. इन करे इनहनि रातियुनि ते भगुती भाव सां भगुवान जो स्मरण कजे. इहो भगुवत सुमिरन पापनि जा पहाड़ नास करे उत्तम विवेक ड्रींदो आहे.

ग्यारस जो व्रत तथा उन ड्रींहं भगुवत ध्यान ऐं जप करण सां माण्हू कंहिं बि क्षेत्र में सफल थी सघंदो आहे.

अक्षय टीज ड्रींहं जेको पुञ, दान, भजुन कबो आहे, उन जो फल अक्षय थींदो आहे.

छा त भारतीय संस्कृतीअ जी सौग़ात आहे ! केड्रा न दिव्य सूझबूझ वारा हुआ ऋषी मुनी ऐं असां जे वेदनि शास्त्रनि खे जुाणंदड़ माण्हू !!

इहे तिथियूं वगैरह जडुहिं बि अचनि, तडुहिं सौ कम, हज़ार कम, लख कम न, पर करोड़ कम छडे करे बि तव्हां मौन, जप ऐं ध्यान में लगी वञिजो. पोइ जंहिं देवता जो मंत्र जपींदा, जंहिं विषय लाइ जपींदा, उहो तव्हां जे लाइ सहज थी वेंदो. भले सिहत लाइ जप करियो थोरो, रोज़ी रोटीअ लाइ जप करियो, हलंदो, पर ईश्वर प्राप्तीअ लाइ जप ज़रूर कजो. (हलंदड़)

अमृत बिंदु

✻ संसार खे सत्य समझण, संसार जी ई चर्चा करण ऐं आत्मा परमात्मा सां प्रीति न करण - इहो ई सभिनी दुखनि जो बुनियाद आहे.

✻ अगर शरीर खे 'मां' न मञो ऐं असली 'मां' (आत्मा) जो ज्ञान थी वञे त सजी खिटपिट सदाईं लाइ दूर थी वञे.

✻ हकीकत में परमात्म प्राप्तीअ में काई देर न आहे तथा परमात्मा ऐं असां में दूरी बि न आहे ! **– पूज्य साईंजन**

भगवत कृपा जो चमत्कार

जो कछु किया सो हरि किया, भया कबीर कबीर...

(पूज्य साईंजन जे सत्संग मां)

(संत कबीर जयंती : १७ जून)

संत कबीर सार सत्य बुधाईंदा हुआ, इन करे उनहनि जी साख वधण लगी. हिक दफे किन माण्हुनि सोच्यो त 'अहिड़ो कुझु करियूं, जो हिननि जी बेइज़ती थिए.' धर्म जे कुझु ठेकेदारनि माण्हुनि में फैलाए छदियो त 'संत कबीर वटि भंडारो आहे.' काशी त साधुनि संतनि, ब्राह्मणनि जी नगरी आहे. साधुनि जी भीड़ अचण शुरू थी वेई. संत कबीर पुछियो,''हेतिरा सारा संत ?...''

उनहनि संतनि चयो,''तव्हां वटि भंडारो आहे - इहो बुधो, इन करे साधु आया आहिनि.''

संत कबीर समझी वया त कंहिं जी शैतानी आहे, पर 'साधु आया आहिनि, घर में अटो दाल कुझु न आहे, ओधर ते कुझु न मिलंदो आहे, पोइ बि मूं खे कुझु त करण घुरिजे.' अहिड़ो वीचार करे पत्नी लोई ऐं पुट कमाल खे आयल मेहमाननि जे वेहण जो बंदोबस्त करण लाइ चयो. पाण आसपास जे मांडो लगाइण वारनि खे चवंदा वया त ''साधु ईंदा, छांव त करियो, पंगत त जदहिं लगंदी, तदहिं लगंदी.''

संत कबीर सीधे सामान जो प्रबंध करण वया, पर कुझु न थी सघियो. हू झंगल में वञी वेही रहिया. 'जिन बदनाम करण जी योजना कई आहे, तिन खे सत्ता दियण वारो तूं ऐं जेके भंडारो खाइण आया, उनहनि खे सत्ता दियण वारो बि तूं, मां कर्ज़ु वठण वयुसि त 'न' चवण वारनि खे सत्ता दियण वारो बि तूं... तुंहिंजी मर्ज़ी पूरण थिए ! हाणे तूं ई बुधाइ मां छा करियां ?...' ईअं कंदे कंदे हू परमात्मा में शांत थी वया, दुखी न थिया. भोजन जो वक्त थियो.

कर्तुं शक्यं अकर्तुं शक्यं अन्यथा कर्तुं शक्यम् ।

परमात्मा करण में, न करण में ऐं उन खां अलग करण में पिणु समर्थ आहे.

उहो दिलबर जेको पंहिंजी दिल में आहे, उहो ई सभिनी जी दिल में आहे ऐं कुदरत जी गहराई में बि आहे. जीअं सत्ता देई हू तव्हां जे शरीर खे हलाईंदो आहे, तीअं सिज, चंड, पखियुनि में पिणु सत्ता उन जी ई आहे. उन खे हेतिरा सारा जीव

बणाइण में कोई बंधन न आहे, काई रोक टोक न आहे त कबीर जो बियो रूप धारण में उन खे कहिड़ी देर लगंदी !

भगवान संत कबीर जो रूप धारे आयो ऐं संत कबीर जे घर में वेठल माण्हुनि खे चयो,''अजु कचो सीधो सामान न अची सघंदो. इन करे सभिनी भोजनालयनि में जेको तयार भोजन ऐं मिठायूं हुयूं, उहे घुरायूं आहिनि.''

सभिनी भोजन कयो. असली संत कबीर त झंगल में वेठा हुआ ऐं महा असली कबीर (परमात्मा) लोईअ वटि आयो, चयो,''तूं बि भोजन करे वठु.''

लोईअ चयो,''तव्हां भोजन करियो नाथ ! तव्हां खाईंदा पोइ मां खाईंदसि. मां त पतिव्रता आहियां.''

उन कबीर थोरो खाधो, पोइ चयो,''तूं भोजन करि, मां भोजनालय वारनि खे पैसा देई अचां थो.''

लोईअ दिठो त 'हेतिरनि माण्हुनि खे खारायो त बि भोजन खुटो न, सभु शयूं पेयूं आहिनि. अजु त नाथ चमत्कार करे छदियो आहे. हूंअं त ओधर ते कणिक बि न मिलंदी हुई ऐं अजु हेतिरो सारो भोजन दिनो आहे, इहो चुकाइबो कीअं ?'

जेको कबीर बणिजी आयो हो, उहो भगवान त लोईअ खां मोक्लाए हल्यो वयो. होदांहं संत कबीर खे लगो 'अढाई टे थी वया आहिनि. हाणे वञा, दिसां त साधुनि संतनि खाधो या न ? गारियूं दींदा हूंदा अलाए छा कंदा हूंदा ? बुधी वठंदुसि.' हू चादर पाए मुंहं ढके वया, जीअं कोई सुञाणे न.

हू पंहिंजे घर तरफ आया त दिठो रस्ते में माण्हू पाण में गाल्हाए रहिया हुआ 'वाह भाई ! चवंदा आहिनि संत कबीर कंगाल आहिनि, पर छा त भंडारो हो ! मथां वरी ४-४ लदूं दोने में !'

कंहिं चयो 'अड़े मूं खे मालपुआ मिल्या.'

कंहिं चयो 'मूं खे दक्षिणा मिली. जय कबीर !... वाह कबीर !...'

कबीर सिधो लोईअ वटि आया. पुछियो ''छा थियो ? कीअं थियो ? मूं खे त दाढी बुख लगी आहे ...''

''गज़ब था करियो तव्हां त ! हींअर थोरी देर अगु ई त चओ पया मां पैसा चुकाइण थो वञां. मुंहिंजे ज़ोर भरण करे तव्हां मुंहिंजे साम्हूं ई थोरो खाधो ऐं ओगराई दिनी. वरी अेतिरे में बुख कीअं? चङो, वरी खाओ भले.''

''मां त सुबुह खां हींअर ई आयो आहियां !''

''तव्हां त पैसा दि॒यण वया हुआ न ? ऐं पतीदेव ! हेतिरो सारो सामान ओधर ते कीअं मिल्युव, तव्हां पैसा किथां चुकाए आया ?''

''ओधर... सामान ?''

''ही जेको भंडारो थियो ऐं तव्हां ई सभिनी खे खारायो.''

''मां त झंगल में वञी वेही रहियुसि ऐं भग॒वान खे चयो 'तुंहिंजी मर्ज़ी पूरण थिए !' ही सजो॒ उन जो ई खेल आहे, भग॒वान ई बि॒यो कबीर बणिजी आयो हो पगली !'' संत कबीर साखी ठाही :

ना कछु किया न कर सका... मूं वटि कुझु हो न ऐं न कुझु करे पयो सघां.

न करने योग्य शरीर । हिन उम्र में ही शरीर एतिरो वडो॒ भंडारो करे सघे, हेतिरनि माण्हुनि खे खाराए सघे इहा ताकत बि न हुई.

जो कछु किया सो हरि किया, भया कबीर कबीर ॥

जेको कुझु कयो, सो हरीअ कयो ऐं चवण में अची रहियो आहे त 'कबीर भंडारो कयो, कबीर हीअं कयो हूंअं कयो...' कहिड़ो आहे उहो प्रभु ! प्रभु ! तुंहिंजी जय थिए !

वडा॒ डीं॒हं दि॒ण वार, तिथियूं, त्योहार

मई : २२- श्री गणेश चोथ व्रत, चंडु उभरण रात जो १०:२० बजे. २६- आर्तुवारी सतइं (सिजु उभरण खां सुबुह जो ८:५० ताईं). ३०- अपरा ग्यारस (व्रत सां पुञनि जी प्राप्ती ऐं वडा॒ वडा॒ पाप नास).

जून : ३- सोमवती उमास (सिजु उभरण खां मंझंदि ३:३२ ताईं) (तुलसीअ जी १०८ दफा परिक्रमा करण सां गरीबी दूर). ४- चंडु. ६- गुरुपुष्य अमृत योग (रात ८:२९ खां सुभाणे सिजु उभरण ताईं). ९- आर्तुवारी सतइं (सिजु उभरण खां रात १२:३७ ताईं). १२- गंगा दसहड़ो. १३- निर्जला ग्यारस (व्रत सां पुरुषोत्तम महिने सहित २६ ग्यारसुनि जे व्रतनि जो फल; स्नान, दान, जप, होम वगैरह अक्षय फलदायक). १५- षडशीति संक्रांती (पुञकाल : शाम ५:३६ खां सिजु लहण ताईं) (ध्यान, जप ऐं पुञकर्म जो ८६,००० दफा फल). १७- पूर्णिमा. १९- विद्या लाभ जो योग (गुजरात महाराष्ट्र खे छडे॒ सजे॒ भारत में). २०- श्री गणेश चोथ व्रत, चंडु उभरण रात १०:५० बजे. २९- योगिनी ग्यारस.

(रंगीन पेज २ 'हे मनुष ! तूं ईश्वरीय वचन खे स्वीकार करि...' **जो बच्यल)** मनुष जी मति माया जे अंदर हुअण करे महदूद आहे. इन करे उन मां जेके ग॒ाल्हियूं उपजंदियूं आहिनि, उहे बि महदूद, कल्पित ऐं संसारी शख्स शइ तथा हालतुनि सां संब॒ंधित हूंदियूं आहिनि, पर ब्रह्मनिष्ठ महापुरुषनि जा वचन मतीअ मां न, बल्कि ऋतम्भरा प्रज्ञा मां फुटंदा आहिनि. मति जद॒हिं इहो अनुभव कंदी आहे त उन जो 'मति' रूप कल्पित आहे, हकीकत में अखंड, अद्वैत, हिकरस परमात्मा ई आहे, ब॒ियो कुझु न आहे, तद॒हिं उहा 'ऋत' माना सत्य सां तरबतर प्रज्ञा (मति) 'ऋतम्भरा प्रज्ञा' चवाइजंदी आहे. इनहीअ करे उन मां उसरंदड़ वीचार या लफ्ज़ जद॒हिं महापुरुषनि जे श्रीमुख मां निकिरंदा आहिनि, तद॒हिं उहे 'शब्दब्रह्म' चवाईंदा आहिनि ऐं वेद वाणी, ईश्वरीय वचन जे रूप में विश्व में पूज॒िजंदा आहिनि तथा उनहनि जो आदर करण सां श्रवण मनन करे आत्म कल्याण कयो वेंदो आहे.

संत तुकाराम चवनि था : ''**तुका तरी सहज बोले वाणी । त्याचें घरीं वेदांत वाहे पाणी ॥** अर्थात तुकाराम वाणीअ सां सहज वचन ब॒ोलींदा आहिनि, वेदांत उनहनि जे घर पाणी भरींदो आहे.'' तात्पर्ज इहो आहे त ब्रह्मज्ञानी महापुरुष द्वारा सहज में निक्तल वाणी पिणु वेदांत जे रहस्यनि खे प्रघट कंदी आहे.

ब्रह्मज्ञानी संत निलोबा जो चवण आहे : ''संतनि जे श्रीमुख मां निकरण वारा सहज वचन बि वेद वचन ई हूंदा आहिनि. छो जो उहे अखंड रूप सां वेदनि जो ई चिंतन कंदा आहिनि, जंहिं करे उनहनि जे मुख मां वेद ई वहंदा आहिनि.''

सत्गुरुअ जी ज़रूरत छो ?

वेदनि जो ज्ञान गहरो ऐं समझण में कठिन हूंदो आहे. ब्रह्मज्ञानी सत्गुरुअ जे मार्गदर्शन बिना पंहिंजे मन सां कोई वेदनि, उपनिषदनि जो अभ्यास करे उनहनि जो अर्थ समझण जी कोशिश करे त उन खे पंहिंजी कल्पना, पंहिंजी मति मुताबिक थोरी घणी समझ अची सघे थी, थोरो घणो सुख शांतीअ जो आभास थी सघंदो, पर उनहनि सद्ग्रंथनि जे वचननि जो जेको लक्ष्य-अर्थ आहे, जिते उहे वचन राह द॒ेखारे पाण पिणु परे थी वेंदा आहिनि अर्थात उन आत्मा परमात्मा खे वाणी या लफ्ज़नि खां परे 'वर्णनातीत' चवंदा आहिनि, उहो जेको लक्षित आत्म सरूप आहे उन खे उन निःशब्द सरूप जे अनुभवी महापुरुषनि बिना कीअं ज॒ाणी सघिबो ?

स्वामी शिवानंद द्वारा रच्यल 'गुरुभक्तियोग' सत्शास्त्र में साफ लफ्ज़नि में लिख्यल आहे : 'साधक केतिरो बि बुद्धीमान हुजे, पोइ बि सत्गुरु या अध्यात्मिक आचार्य जी मदद बिना वेदनि जी गहराई प्राप्त करण या उनहनि

जो अभ्यास करण उन लाइ मुम्किन न आहे.'

इन करे वेदनि खे सागर जियां चयो वयो आहे ऐं ब्रह्मज्ञानी महापुरुषनि खे बादल जियां. सागर जो पाणी सिधो न पीअण जे कम ईंदो आहे, न उन मां भोजन ठाहे सघिबो आहे, पर जहिड़ी तरह सागर जे पाणीअ खे सिज जा किरणा खणंदा आहिनि ऐं उहो ई पाणी जदहिं बादल जे रूप में वसंदो आहे, तदहिं अमृत जहिड़ो मधुर थी वेंदो आहे. अहिड़ी तरह वेद रूपी सागर मां उपनिषदनि जो मधुर, अनमोल, सार रूप ज्ञान अमृत ब्रह्मज्ञानी संत खणंदा आहिनि ऐं पोइ जदहिं **सभ जो मंगल, सभ जो भलो** थिए इन करुणा भाव सां भरिजी वसाईंदा आहिनि, तदहिं असां जे लाइ उहो सत्संग अमृत बणिजी पवंदो आहे.

श्री गुरुग्रंथ साहिब में ईंदो आहे :

बाणी गुरू गुरू है बाणी, विचि बाणी अंम्रितु सारे ।

पूज्य साईंजन जे सत्संग में ईंदो आहे : ''वेद पढ़ण सां कंहिं खे आत्म साक्षात्कार थी वञे, इन जो कोई भरोसो न आहे, पर ब्रह्मज्ञानी सत्गुरुअ जे वचननि सां आत्म साक्षात्कार घणनि ई जे जीवन में थियो आहे.''

संत कबीर चयो आहे :

गुरु बिन ज्ञान न ऊपजे, गुरु बिन मिटे न भेद ।
गुरु बिन संशय ना मिटे, जय जय जय गुरुदेव ॥

स्रेष्ट सुंदर नीती, सुठी सिख्या आहिनि उहे वचन

श्रोत्रिय ब्रह्मज्ञानी महापुरुष या सत्गुरुअ जा आत्म अनुभव भरिया वचन स्रेष्ट सुंदर नीती, सुठी सिख्या आहिनि ऐं इहे वचन असां खे दुख, विघ्न, अशांती, कष्ट, बेचैनी वगैरह खां परे वठी वञी पंहिंजे अखंड सरूप, सत् चित् आनंद सरूप, अनंत सरूप परमात्मदेव जो प्रसाद असां जी दिल में प्रघट करण जी सघ रखंदा आहिनि. इन करे पंहिंजे मित्रनि, साथियुनि सहित पाण उनहनि वचननि खे हर तरह सां अंगीकार करे अमल में आणण जी सिख्या वेद भगवान देई रहिया आहिनि.

मनुष जा लप्ज़ जगत जी सत्यता वधाईंदा आहिनि, जदहिंकि सत्गुरुअ जे मुख मां वहंदड़ वैदिक ज्ञान-गंगा जगत जी सत्यता मिटाए असां जी दिल में आत्मा परमात्मा जी सत्यता दृढ़ कंदी आहे. ईश्वर जी सत्यता माना पंहिंजे अमिट आनंद सरूप जी सत्यता, पंहिंजी हकीकी मां जी सत्यता. सत्गुरु वचन बुधण, मनन ऐं निदिध्यासन करण सां ई पंहिंजो पाण में आनंद ऐं सुख शांतीअ जी प्राप्ती थींदी

आहे, इहो घणनि ई साधकनि ऐं वेदांत जे जिज्ञासुनि जो अनुभव आहे. इन करे वेद भगवान जा इहे वचन उमदो ज्ञान जो सुरमो दींदा आहिनि.

वेद-ज्ञान खे हर माण्हू न समझी सघंदो आहे, पर गुरुसेवा, गुरु शरणागति ऐं गुरुअ जी हिकनिष्ठ भगतीअ जी अहिड़ी भारी महिमा आहे, जो इन द्वारा सत्यकाम जाबाल, तोटकाचार्य, पूरणपोड़ा, शबरी भीलण, बहिणा बाईअ जहिड़ा अणपढ़ियल शिष, भगत बि भगवत तत्त्व जो साक्षात्कार करे पार थिया आहिनि. इन करे भगवान शिव चयो आहे :

ज्ञानं विना मुक्तिपदं लभ्यते गुरुभक्तितः ।
गुरोः समानतो नान्यत् साधनं गुरुमार्गिणाम् ॥

'गुरुदेव लाइ (अनन्य) भगतीअ सां ज्ञान बिना बि मोक्षपद मिलंदो आहे. गुरुअ जे मार्ग ते हलण वारनि लाइ गुरुदेव समान बियो कोई साधन न आहे.'

इन करे गुरुभगतीयोग खे 'सलामत योग' बि चयो वयो आहे.

अजुकाल्ह प्रचार प्रसार जा नवां साधन त घणा ई आहिनि, पर इनहनि सां जगत जी सत्यता वधाइण वारियुनि गाल्हियुनि जो प्रचार ई वधी वयो आहे. साधन बुरा न आहिनि, पर उनहनि जो दुरुपयोग थियण खराब आहे. इन करे वदो उपकार आहे पूज्य साईंजन जहिड़नि वेदांत ज्ञानी, ब्रह्मनिष्ठ महापुरुषनि जो, जिन इनहनि हाणोकनि साधननि जो सदुपयोग करे विश्वभर में वेदांत ज्ञान, ब्रह्मज्ञान जो प्रचार करायो आहे ऐं धनभागी आहिनि, उहे शिष, भगत ऐं सजण, जेके इहो दिव्य ज्ञान व्यापक समाज ताईं पहुचाइण जे दैवी कार्य में सहभागी थींदा आहिनि.

आत्मबल वधाइण जो दृढ़ संकल्प

- पूज्य साईंजन

दृढ़ संकल्प करियो त 'मां पंहिंजो आत्मबल वधाईंदुस, पंहिंजी आत्म चमक जागाईंदुसि, पंहिंजी 'सोऽहम्' जी गर्जना गुंजाईंदुसि, मंज़िल (परमात्मा) पाईंदुसि. हरि ॐ... हरि ॐ... हिमथ, आत्मबल... ॐ... ॐ...' पापी दुकनि हिंसक दुकनि, समाज ते ज़ुल्म करण वारा दुकनि; जेको समाज जी सेवा कंदो आहे, बियनि जी भलाई कंदो आहे उहो छो दुके ? पाण खे दुर्बल मञण, लाचार मञण... अड़े, रोअण पिटण छो ! मुश्किल हालत हमेशा रहंदी आहे छा ?

गम की अँधेरी रात में, दिल को न बेकरार कर ।
सुबह जरूर आयेगी, सुबह का इंतजार कर ॥

महात्माउनि जी आसीस

सेवाभाव करे घर में प्रघट थियो महान संत

(साईं टेऊंराम पुण्यतिथि : ८ जून, जयंती : ८ जुलाई)

सिंध प्रदेश जे हैदराबाद ज़िले में सिंधु नदीअ जे किनारे ते वस्यल खंडू गोठ में भगुत चेलाराम रहंदो हो. हुन खे संतनि जी सेवा जो अेतिरो भाव हूंदो हो, जो किथे बि कंहिं सत्पुरुष, महात्मा खे दिसंदो हो त उन खे पंहिंजे घर में वठी वेंदो हो ऐं प्रेम सां भोजन वगैरह कराए, संतुष्ट करे मोक्लींदो हो. संदनि घर में नियम सां कथा कीर्तन थींदो रहंदो हो. चेलाराम जी पत्नी कृष्णा देवी बि भगुती ऐं सेवा भाव में घोट खां घटि न हुई.

हिकु दफो हिक संत मंडली खंडू में आई. चेलाराम संतनि खे घर वठी आयो ऐं श्रद्धा सां उनहनि जो सुठो आदर सत्कार कयो. हुन जे प्रार्थना करण ते सत्संग जो आयोजन थियो. सत्संग कीर्तन कंदे कंदे उहे संत भगुवत प्रेम में, पंहिंजे सरूप जी मस्तीअ में अेतिरा ग़ल्तान थी वया, जो उनहनि जो दर्शन करण आयल माण्हू पिणु पंहिंजे शरीर जी सुध बुध भुलाए कीर्तन में लीन थी वया.

कृष्णा देवी बि आनंद में मगन थी वेई. हूअ मन में भगुवान खे प्रार्थना करण लगी 'हे प्रभु ! इनहनि सत्पुरुषनि जहिड़ो योगी महात्मा मुंहिंजे घर में पुट जे रूप में अचे.' सत्संग पूरो थियो. चेलाराम ऐं कृष्णा देवीअ जी सेवा ते संतुष्ट थी उनहनि महात्माउनि खेनि कुझु बि घुरण लाइ चयो, तदुहिं कृष्णा देवीअ पंहिंजे मन जी गाल्हि संतनि जे श्रीचरणनि में रखी.

महात्माउनि हुननि खे आशीर्वाद दींदे चयो,''जेके संतनि जी सेवा ऐं सत्संग जो श्रवण मनन कंदा आहिनि, बियनि ताईं सत्संग पहुचाइण में निमित्त बणजंदा आहिनि, अहिड़नि पुण्य आत्मा भगुतनि ते भगुवान खास प्रसन्न रहंदो आहे ऐं उनहनि जूं शुभ इछाऊं पिणु पूरियूं कंदो आहे. तव्हां जा शुभ कर्म ई तव्हां जे घर में हिक दिव्य आत्मा जे रूप में अवतरित थींदा.''

संतनि कृष्णा देवीअ खे काई साधना जी विधी बि बुधाई.

कृष्णा देवीअ ४० दींहनि जो व्रत अनुष्ठान शुरू कयो. हूअ पंहिंजो घणो वक्त सत्शास्त्र पढ़ण, महापुरुषनि जे वचननि जो चिंतन मनन, परमात्म ध्यान करण

वगैरह में लगाइण लगी. अनुष्ठान जी आखिरी रात जो ईश्वर कृष्णा देवीअ खे सपने में चयो 'हे कल्याणी ! मां तुंहिंजी तपस्या ते प्रसन्न आहियां. तुंहिंजो संकल्प जल्दी पूरो थींदो.' इहो बुधी कृष्णा देवी त खुशीअ में न पेई मापे.

वक्त गुज़रंदे हुन खे हिकु पुट रूपी रतन प्राप्त थियो. बालक खे हिक तरफ माता पिता जा उत्तम संस्कार मिल्या, बिए तरफ सत्गुरु आसूराम जो कृपा प्रसाद मिल्यो ऐं अगिते हली उहे **साईं टेऊंराम** नाले सां मशहूर थिया. सत्गुरुअ जी कृपा सां उनहनि खे जेको मिल्यो उन जो वर्णन कंदे हू चवनि था :

जो कुछ दीसै[1] सोई है प्रभु, उस बिन और न कोई है ।
नाम–रूप यह जगत बना जो, वासुदेव भी वोही है ॥
अस्ति[2] भाति[3] प्रिय[4] रूप जो, सत् चित् आनंद सोई है ।
कह टेऊँ गुरु भ्रम मिटाया, जहँ देखूँ तहँ ओई[5] है ॥

१– दिसिजी रहियो आहे २– सदाईं मौजूद, शाश्वत अस्तित्व ३– ज्ञान सरूप ४– आनंद सरूप ५– उहो ई (परमात्मा).

पूज्य साईंजन जो अवतरण द्रींहं ते संदेश

– पूज्य साईंजन

हरि ॐ...

मूं खे इन गाल्हि जी खुशी आहे त मुंहिंजो जनम द्रींहं मुंहिंजी खुशीअ लाइ न आहे, बल्कि मुंहिंजे करोड़ें साधकनि, उनहनि जे सम्पर्क में अचण वारनि, बियनि भगतनि ऐं माण्हुनि जी अध्यात्मिक उन्नतीअ लाइ आहे. कीअं ? 'अग में मां शरीर न होसि, पोइ न थींदुसि, मतलब मां शरीर न आहियां' इहो मञो. बियो त 'मां कर्म जो कर्ता आहियां' इहो अहं छदे दियो त भगवान जी मां सां तव्हां जी मां मिली वेंदी... भगवान चेतन आहे, तव्हां बि चेतन आहियो; भगवान सत् आहे त तव्हां जी आत्मा बि सत् आहे, भगवान आनंद सरूप आहे त तव्हां जी आत्मा बि आनंद सरूप आहे. इन तरह जेको भगवान जो जनम कर्म दिव्य जाणंदो आहे तत्त्व सां, भगवान चवनि था :

त्यक्त्वा देहं पुनर्जन्म नैति मामेति सोऽर्जुन ॥

उहो देह त्यागण बाद बियो शरीर न वठंदो आहे, मूं तत्त्व सरूप खे जाणी मुक्त थी वेंदो आहे...

तंदुरस्ती रहबर

कीअं कजे गर्मीअ में सिहत जी रक्षा ?

गर्मीअ जी मुंद में सिज जे तमाम तेज़ किरणनि जे करे शरीर जो पाणी ऐं सण्भ सुकंदो वेंदो आहे, नतीजे तोरि रस, रत ऐं शुक्र धातु नास थियण लगुंदो आहे, वायु जमा ऐं कफ नास थींदो आहे. इनहीअ करे शारीरिक बुल, जठर अग्नी ऐं रोगु रोकींदड़ सघ बि घटिजण लगुंदी आहे. सभिनी ऋतुनि मां शरीर खे सभ खां वधीक दुर्बुल बणाइण वारी ऋतु आहे उन्हारे जी मुंद. हेठि दि‌नल गाल्हियुनि जो ध्यान रखण सां गर्मीअ जे बद असर खां बचाउ ऐं बुल जो वाधारो थींदो आहे.

(१) हितकारी आहार : इन ऋतु में मधुर रस वारनि, शीतल ऐं पाणेठी पदार्थनि तथा सण्भे अन्न जो उपयोग करण हितकारी आहे. चांवर सण्भा, हज़म थियण में हल्का ऐं शीतल हूंदा आहिनि. इन करे इन ऋतु में चांवरनि जी खीरणी खाइण सिहत बख्श आहे. मकमल अंदाज़ में गीह जो उपयोग करे सघिबो आहे. खीर ऐं मिस्रीअ साणु साठी चांवर खाइण खास फायदेमंद आहे.

भाजियुनि में पेठो, दूधी, तूरियूं, भींडियूं, परवल वगैरह खाइण योग्य आहिनि. फूदिनो, फरियूं (गाढ़ियूं ऐं सायूं), धाणा ऐं मिठी निम जो उपयोग हितकारी आहे. फूदिनो भोजुन हज़म करण में मदद कंदो आहे ऐं लू खां पिणु रक्षा कंदो आहे.

फलनि में अंगूर, अंब, गिदरो, हिंदाणो, केला, दाढ़ूं वगैरह तथा अनाज ऐं दालियुनि में कणिक, मुङ, मसूर, मठ, लोबिया खाई सघिजनि था. अंबड़ीअ जो पन्नो तथा मिस्री, गीह ऐं शीतल जल विधल सत्तू, गुलकंद वगैरह खाइण लाइ मंझंदि जो वक्त वधीक ठहिकंदड़ आहे.

गुलाब, पलाश ऐं ब्राह्मी शरबत तथा जुदा जुदा पेजु जहड़ोकि - लिची, नारंगी, अनानास, मैंगो ओज ऐं सूफ जो पेजु तथा आवरनि जी रस, आवरनि जो चूरण वगैरह जो उपयोग करण लाभदायक आहे.

(२) अहितकारी आहार : मिर्च मसाला ऐं बिया तिखा पदार्थ, कची गिदामिड़ी, कचो अंब, खटाइण, दुही, कढ़ीअ जहिड़ा खटा पदार्थ तथा घणे लूण वारा पदार्थ ऐं तरियल तथा इडली, डोसा, डबलरोटीअ जहिड़नि खमीर वारनि पदार्थनि खां परहेज़ कजे. बाझरी ऐं मांहि न खाइजे. सुहांझिरो, बथुआ, करेला, वाङण वगैरह

गरम तासीर वारियूं भाजि़यूं घटि अंदाज़ में कम आणिजनि. खास करे पित्त प्रकृतीअ वारा माण्हू इनहनि जो उपयोग न कनि. मेथी ऐं सुआ वगैरह न खाइजनि.

३- उन्हारे में पाणी भरपूर पीअण घुरिजे. टामे जे बर्तन में रख्यल पाणी पीअण सुठो आहे, पर टामो अति गरम ऐं तेज़ गुण वारो हुअण करे उन्हारे तथा शरद ऋतु में टामे जे बर्तन जो पाणी पीअण हितकारी न आहे. फ्रिज जे पाणीअ में जीवन शक्ती घटि हूंदी आहे. इहो वात पित्त कफ खे भड़काईंदो आहे. फ्रिज जो थधो पाणी या कोल्ड ड्रिंक्स पीअण सां बदहाज़मो, ढरी जठर अग्नी, एसिडिटी, बवासीर ऐं वाईअ जहिड़ियूं बीमारियूं थींदियूं आहिनि.

पाणीअ लाइ ठिकर जे मटिके जो उपयोग करण सिहतबख्श आहे. इन जो जल शीतल ऐं तृप्तीदायक हूंदो आहे. मटिके में देसी खस, गुलाब या मोगरे जा पन, थोरो भीमसेनी काफूर या शुद्ध सफेद चंदन विझी छदि़जे. इहो पाणी पीअण सां शरीर जी गर्मी ऐं क्षार (वध्यल तिखास, खाराण ऐं खुश्की) दूर थींदी आहे, शीतलता ऐं ब़ल मिलंदो आहे.

४- इनहनि दीं़हनि में सुबुह जो सवेर पंधु करण दा़ढो फायदे वारो आहे. थी सघे त सुबुह जो या मंझंदि जे वक्त मस्तक ते चंदन या मुलतानी मिटी लग़ाए छदि़जे. मंझंदि जो उस्स में न घुमिजे. वधीक सोढ़ा, पघर न सुकाइण वारा रेशमी या ऊनी कपड़ा न पाइजनि. हल्का, वेकिरा, सन्हिड़ा ऐं सोटी (खास करे अछा) कपड़ा पाइजनि. रात जो चंड जी शीतलता दायक चांडोकीअ में सुम्हिजे.

उन्हारे में सुभावीक तोरि शुक्र ढरो हूंदो आहे, इन करे इनहनि दीं़हनि में संसारी वहिंवार करण सां ओज तेज नास थींदो आहे, जंहिं करे बु॒ढापे जा लक्षण जल्दी दि़सण में ईंदा आहिनि. इन करे चुस्तीअ सां ब्रह्मचर्य जो पालन कजे. वधीक पोर्ह्यो ऐं कसरत न कजे. बि़युनि मुंदुनि में दीं़हं जो सुम्हण जी मना कयल आहे, पर गर्मियुनि में दीं़हं जो थोरी देर निंड करण सां ब़ल जी रक्षा थींदी आहे.

उस्स मां अचण बाद तुर्त स्नान करण या मथे ते पाणी विझण या पाणीअ में टुब़ी दि़यण गैर वाजुब आहे. थोरो तरसी, पघर सुकण खां पोइ ऐं शरीर जो गर्मी पद रवाजी थियण खां पोइ स्नान कजे.

निंड गहरी ऐं ठहिकंदड़ अंदाज़ में कजे. इन लाइ रात जो जल्दी (९ बजे) सुम्हिजे. जिन खे चङी तरह निंड न ईंदी हुजे, उहे सुम्हण खां अधु मुनो कलाक अगु॒ १५०-२०० मि.लि. खीर में मिस्री विझी पीअनि.

सुखमय जीवन जूं अनमोल कुंजियूं

सुख शांती ऐं सौभाग जे वाधारे तथा रक्षा वास्ते

माताऊं भेनरूं रोज़ स्नान बाद पार्वती माता जो स्मरण कंदे उत्तर तरफ मुंहं करे तिलक लगाए, पार्वती माता खे हिन मंत्र सां वंदन कनि : 'ॐ ह्रीं गौर्यै नमः ।' इन सां उनहनि जे सौभाग जी रक्षा थींदी तथा घर में सुख शांती ऐं बरकत ईंदी.

विद्यालाभ वास्ते मंत्र

'ॐ ऐं ह्रीं श्रीं क्लीं वाग्वादिनि सरस्वति मम जिह्वाग्रे वद वद ॐ ऐं ह्रीं श्रीं क्लीं नमः स्वाहा ।' इहो मंत्र १९ जून २०१९ ते मंझंदि १:३० खां रात जो ११:४५ बजे ताईं या १६ जुलाई २०१९ ते रात जो ८:४३ खां ११:४५ बजे ताईं १०८ दफा जप कजे ऐं उन ई रात ११ खां १२ बजे जे विच में ज़िभ ते लाल चंदन सां 'ह्रीं' मंत्र लिखी छदिजे. जंहिं जी ज़िभ ते इहो मंत्र इन विधीअ सां लिख्यो वेंदो, तंहिं खे विद्या लाभ ऐं अद्‌भुत विद्वत्ता प्राप्त थींदी.

(ध्यान दिजो : गुजरात ऐं महाराष्ट्र में इहो योग फकति १६ जुलाई ते आहे).

उन जो तव्हां खे सुठो फल प्राप्त थींदो

किथे वेंदे वक्त तव्हां खे अगर बछड़े खे खीरु पीआरींदड़ देसी गांइ दिसण अचे त तव्हां उन खे कोई फल या साओ चारो, गुड़, फुल्को वगैरह कुझु बि खाराइजो. इहो दाढो शुभ इशारो आहे, तव्हां खे इन जो सुठो फल प्राप्त थींदो.

गर्मीअ जे बीमारियुनि जी पाड़ पटे कढण वारो पेठो

- पूज्य साईंजन

पकल पेठो टेई दोष काबुअ में कंदड़, खास करे पित्त शांत कंदड़ आहे. गर्मीअ जे करे थींदड़ बीमारियुनि जी पाड़ पटे छदींदो आहे. पेठो थकावट मिटाईंदो आहे, निंड सुठी आणींदो आहे. पकल पेठो अमृत समान हूंदो आहे. पेठे जा बिज बादामियुनि जियां गुणकारी हूंदा आहिनि.

तव्हां लौकिक दुनिया में हुजो या अध्यात्मिक जगत में, सेवा बिना उन्नती मुम्किन ई न आहे.



नोटबुक ऐं रजिस्टर

घटि कीमत, ऊच क्वालिटी ऐं वणंदड़ डिज़ाइन सां

गदु सुठनि संस्कारनि जो नज़रानो

बियो छा आहे इनहनि में खास ?

✻ हर पेज ते प्रेरणादायक वचन, जेके विद्यार्थियुनि खे ज्ञान, आत्म विश्वास, हाकारी सोच ऐं देश भगतीअ सां भरे छदीनि, संस्कारी बणाइनि ✻ एकाग्रता ऐं स्मरण शक्ती वधाइण जा उपाय, परीक्षा में पास थियण जूं तजवीज़ूं, तंदुरस्तीअ जूं कुंजियूं. ✻ महापुरुषनि जा प्रेरणादायक संदेश ऐं प्रसंग तथा सिख्यादायक आखाणियूं. ✻ चित्त में प्रसन्नता, उत्साह ऐं आनंद जागाइण वारा कुदरती दृश्य... तथा बियो बि घणो कुझु !

पंहिंजे ऐं आसपास जे बारनि खे इनहनि कापियुनि ज़रीअे सही दिशा ऐं संस्कार सहज में दियारियो, आम कापियुनि ते छपजंदड़ जीवन शक्ती नास करण वारी सामग्रीअ खां कोमल-चित्त बारनि खे बचायो.



कोमलता ऐं कुदरती सुंदरता बरकरार रखण में कारगर

गुलाब महक (गुलाबजल) ऐं एलोवेरा जेल

✻ शीतलता दायक, कुदरती सूंह उभराइण ऐं शरीर जो रंग संवारण वारा ✻ मोहीड़ा, चमड़ीअ जा गाढ़ा चुटा, अखियुनि जे हेठां कारो घेरो ऐं गर्मीअ जे करे थींदड़ फुरिड़ियूं दूर करण में सहायक. ✻ हानिकारी किरणनि ऐं वातावरण जी गंदगीअ खां रक्षा करण वारा.

गर्मीअ जे घणनि ई रोगनि खे दूर भजाए, थधाण ऐं तरावत दियारे



सिज ऐं चंड जे किरणनि में रखी पुष्ट कयल ही गुलकंद मधुर ऐं शीतल आहे तथा मन खे तरावत ऐं दिल तथा मस्तक खे थधाण पहुचाईंदो आहे. इहो एसिडिटी, अंदरीं गर्मी, उञ घणी लगण ऐं हथनि पेरनि, तिरियुनि ऐं अखियुनि जी जलन, आरायूं, पेशाब जी जलन, नक ऐं मल मूत्र मार्ग तां रतु पवण, माहवारीअ में घणी रतु पवण वगैरह पित्त करे थींदड़ परेशानियुनि लाइ खास लाभदायक आहे. रतु जी घटिताई, कब्ज़ी वगैरह तकलीफुनि में बि इन जो उपयोग तमाम लाभदायक आहे. इहो पेट जी अल्सर ऐं आंडनि जी सोज़ि दूर करण में मदद कंदो आहे.

गरीबनि ऐं आम माण्हुनि में भोजन प्रसाद विरहाङण

RNP No. GAMC-1779/2017-2
(Issued by SSPOs Ahd, valid upto 31-12-
RNI No. GUJDEV/2010/3443
Licence to Post without Pre-paym
WPP No. 10/17-19
(Issued by CPMG UK. valid upto 31-12-
Posting at Dehradun G.P.O. betw
11th to 17th of every month.





विद्यार्थी उज्ज्वल भविष्य निर्माण शिविरुनि जो लाभ वठंदे बाल









तेज़ गर्मीअ में शीतलता ड़ींदड़ शरबत ऐं छाछ विरहाङण जी सेव









भगवत नाम कीर्तन यात्राउनि जूं झल्कूं







विद्यार्थियुनि में सत्साहित्य विरहाङण









घर घर, घिटी घिटीअ में सद्ज्ञान पहुचाईंदड़ ऋषि प्रसाद अभियान







जगह जी कमीअ करे सभु तस्वीरूं न ड़ेई सघबियूं. बियुनि तस्वीरुनि लाइ वेबसाइट www.ashram.org/sewa ड़िसो.
आश्रम, समितियूं ऐं साधक परिवार पंहिंजे सेवा कार्यनि जूं तस्वीरूं sewa@ashram.org ते ई-मेल कनि.